

Режим образовательного процесса ГБОУ лицея № 486
Выборгского района Санкт-Петербурга на 2025-2026 учебный год.

1. Учебный год в лицее начинается 01.09.2025 г. и заканчивается 26.05.2026

Устанавливается следующая **продолжительность учебного года в начальной школе лицея:**

- I класс-33 учебные недели.
- II-IX классы – 34 учебные недели.

Для профилактики переутомления обучающихся в годовом календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

Учебный год разделен **на четверти:**

Сроки и продолжительность школьных каникул:

- осенние каникулы – с 25.10.2025 по 02.11.2025 (9 дней);
- зимние каникулы – с 31.12.2025 по 11.01.2026 (12 дней);
- весенние каникулы – с 28.03.2026 по 05.04.2026 (9 дней)
- дополнительные каникулы для первоклассников - с 16.02.2026 по 22.02.2026 (7 дней);

2. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися образовательных программ, состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки, установленную СанПиН 2.4.2.2821-10.

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели.

Продолжительность учебной недели

В 1-7 классах - пятидневная учебная неделя,

в 8-11 - шестидневная учебная неделя (при соблюдении гигиенических требований к максимальным величинам недельной образовательной нагрузки согласно СанПиН 2.4.2.2821-10).

Расписание уроков составляется отдельно от занятий по курсам внеурочной деятельности. Между началом занятий по курсам внеурочной деятельности и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

Работа групп продленного дня с 09.00 до 19.00 , для посещающих группу продленного дня организовано горячее питание и прогулки.

Расписание звонков в здании начальной школы:

Расписание звонков в I классах лицея в период с сентября по декабрь

1 урок(5 минут-динамическая пауза)	9.00-9.35
2 урок(5 минут-динамическая пауза)	10.00-10.35
3 урок(5 минут-динамическая пауза)	11.00-11.35
4 урок(5 минут-динамическая пауза)	11.55-12.30
5 урок(5 минут-динамическая пауза)	12.45-13.20

Расписание звонков в I классах в период с января по май

1 урок	9.00-9.40
2 урок	10.00-10.40
3 урок	11.00-11.40
4 урок	11.55-12.35
5 урок	12.45-13.25

Расписание звонков во II-III классах лицея в период с сентября по май

1 урок	8.05-8.45
2 урок	9.00-9.40
3 урок	10.00-10.40
4 урок	11.00-11.40
5 урок	11.55-12.35
6 урок	12.45-13.25
7 урок	13.45-14.25
8 урок	14.40-15.20
9 урок	15.40-16.20
10 урок	16.30-17.10

Расписание звонков в IV классах лицея в период с сентября по май

1 урок	8.05-8.50
2 урок	9.00-9.45
3 урок	9.55-10.40
4 урок	11.00-11.45
5 урок	12.05-12.50
6 урок	13.00-13.45

Расписание звонков в здании основной школы:

1 урок	8.05-8.50	1 перемена	10 минут
2 урок	9.00-9.45	2 перемена	20 минут
3 урок	10.05-10.50	3 перемена	20 минут
4 урок	11.10-11.55	4 перемена	20 минут
5 урок	12.15-13.00	5 перемена	10 минут
6 урок	13.10-13.55	6 перемена	10 минут
7 урок	14.05-14.50	7 перемена	10 минут
8 урок	15.00-15.45	8 перемена	10 минут
9 урок	15.55-16.40	9 перемена	10 минут
10 урок	16.50-17.35	10 перемена	

3. Объем домашних заданий (по всем предметам):

- 1 классы – не более одного часа в день,
- 2 - 3 классы – не более полутора часов,
- 4 - 5 классы – не более двух часов,
- 6 - 8 классы - не более двух с половиной часов,
- 9-11 классы - не более трех с половиной часов.

4. Обучение в первом классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый и 1 урок в нетрадиционной форме, и один раз в неделю пятый урок в нетрадиционной форме; в ноябре - декабре – по 4 урока в день и один раз в неделю пять уроков по 35 минут каждый; январь - май – по 4 урока в день и один раз в неделю пять уроков по 40 минут каждый);
- для посещающих группу продленного дня организовано горячее питание и прогулки;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти (**с 04.02.2019 по 10.02.2019**) при традиционном режиме обучения.

Использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии осуществляется следующим образом. В сентябре-октябре проводится по 3 урока в день по 35 минут каждый и проведение четвертого урока, и один раз в неделю пятого урока, осуществляется в нетрадиционной форме (всего 40 часов): целевые прогулки, экскурсии по предметам «Физическая культура», «Окружающий мир», «Изобразительное искусство», «Математика», «Технология»; уроки-

театрализации по предметам «Музыка», уроки-игры по предметам «Математика», «Окружающий мир», «Технология» и др. (кроме уроков русского языка и литературного чтения) в соответствии с рабочими программами учителей и расписанием уроков. Содержание нетрадиционных уроков должно быть направлено на развитие и совершенствование движения обучающихся. В ноябре - декабре – проводится по 4 урока в день и один раз в неделю пять уроков по 35 минут каждый.

5. Расписание работы группы продленного дня и внеурочной деятельности обучающихся

1-е классы

	4 урока	5 уроков
Учебная деятельность	08.05-11.45	08.05-12.45
Динамическая пауза	40 минут	
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию	
ГПД	По окончании занятий внеурочной деятельностью до 19.00	

2-е классы

	4 урока	5 уроков
Учебная деятельность	09.05-12.45	09.05-13.40
Динамическая пауза	Не менее 30 минут	
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию	
ГПД	По окончании учебных занятий / по окончании занятий внеурочной деятельностью до 19.00	

3-е классы

	4 урока	5 уроков
Учебная деятельность	09.05-12.45	09.05-13.40
Динамическая пауза	Не менее 30 минут	
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию	
ГПД	По окончании учебных занятий / по окончании занятий внеурочной деятельностью до 19.00	

4-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию

5-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию

6-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию

7-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию

8-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию

9-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию

10-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию

11-е классы

Учебная деятельность	По гибкому расписанию
Динамическая пауза	Не менее 30 минут
Внеурочная деятельность	По гибкому расписанию